**Vårschema 2019***Start vecka 2*

**Mån** 17.00-18.00 Functional Power Annika

 18.00-19.00 BODYPUMP® Anna

 18.30-19.30 Spinning Emelie

**Tis** 17.30-18.15 Spinning-45 PT Michaela

 18.15-19.00 Outdoor Bootcamp **Ojämn v** PT Michaela

(*inne vid dåligt väder*)

 HIIT and CORE-45 **Jämn v**  PT Michaela

**Ons** 18.00-18.30 AMRAP-30 Ullis

 18.35-19.35 BOX Ullis

***Datum för Sofia: 9/1, 6/2, 6/3, 3/4, 8/5, 5/6***

*18.00-18.30 Cardioblast PT Sofia*

 *18.30-19.30 Yogalates PT Sofia*

**Tor** 18.00-18.30 MRL-30 Annika

 18.30-19.00 Tabata -30 Annika

**Fre**  17.00-17.45 Spinning-45 **Jämn vecka** Henrietta

**Lör**  09.15-10.15 Circuit Training **Jämn vecka** Sandra B
 ***12/1 och 4/5 AMRAP Ullis, 20/4 Circuit Training Annika***

**Sön** 10.15-11.15 Spinning **ojämn vecka** Henrietta

*Med reservation för ändringar*

